

JADŁOSPIS

dzieci

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kJ]

poniedziałek, 20 stycznia 2025

1146 0

▶ śniadanie				337	0
● Kakao	1 x 200g	Mleko		102	0
● CHLEB Z LNEM	0,1 s400g	Zboża zawierające gluten		111	
● MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
● SZYNKA SOŁTYSÓWKA	0,01 kg	Seler, Gorczyca		12	
● SER ŻÓŁTY	0,01 s1000	Mleko		32	
● POMIDOR KOKTAJLOWY	0,02 kg			4	
● ŁOPATKA PIECZONA	0,01 kg	Seler, Gorczyca		32	
▶ drugie śniadanie				171	0
● BANAN	0,18 kg			171	
▶ obiad				526	0
● Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną	1 x 200g	Mleko, Seler		107	0
● Jajko sadzone	1 x 65g	Jaja		167	0
● Groszek z marchewką	1 x 90g	Zboża zawierające gluten		84	0
● Ziemniaki z wody	1 x 100g			88	0
● MAŚLANKA	0,2 s1000	Mleko		80	
▶ podwieczorek				112	0
● Gruszka gotowana polana sosem waniliowym	1 x 160g	Zboża zawierające gluten, Mleko		111	0
● Biszkopty	0,1 s100g	Zboża zawierające gluten, Jaja		1	

wtorek, 21 stycznia 2025

1101 0

▶ śniadanie				368	0
● Bawarka na mleku	1 x 200g	Mleko		108	0
● BUŁKA WIELOZIARNISTA	0,5 s70g	Zboża zawierające gluten, Sezam		105	
● MASŁO	0,03 s200g	Mleko		44	
● SEREK WIEJSKI	0,25 s200g	Mleko		50	
● FRANKFURTERKI	0,02 kg	Seler, Gorczyca		54	
● RUKOLA	0,1 s100g			3	
● PAPRYKA CZERWONA	0,015 kg			4	
▶ drugie śniadanie				46	0
● JABŁKA	0,1 kg			46	
▶ obiad				475	0
● Zupa wielowarzywna	1 x 200g	Seler		52	0
● Makaron z mięsem w sosie pomidorowym	1 x 200g	Zboża zawierające gluten, Jaja		384	0
● Kompot z czarnej porzeczki	1 x 200g			39	0
▶ podwieczorek				212	0
● Budyń czekoladowy z wiśniami i z bitą śmietaną	1 x 240g	Mleko		212	0

środa, 22 stycznia 2025

1183 0

▶ śniadanie				367	0
--------------------	--	--	--	------------	----------

JADŁOSPIS

dzieci

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kj]
• kawa na mleku	1 x 200g		Mleko	97	0
• CHLEB GBURSKI	0,1 s550g		Zboża zawierające gluten	152	
• MASŁO	0,03 s200g		Mleko	44	
• Pasta z jaj ze szczypiorkiem	1 x 25g		Jaja	36	0
• KIEŁBASA KRAKOWSKA	0,01 kg		Seler, Gorczyca	32	
• POMIDOR	0,02 kg			3	
• OGÓREK ŚWIEŻY	0,02 kg			3	
▶ drugie śniadanie				94	0
• POMARAŃCZA	0,2 kg			94	
▶ obiad				619	0
• Rosół wołowy z makaronem	1 x 200g		Seler	74	0
• Pieczone pałki z kurczaka	1 x 150g		Seler	361	0
• Surówka z marchwi i jabłek	1 x 70g		Mleko	48	0
• Ziemniaki puree	1 x 120g		Mleko	118	0
• Woda z sokiem z cytryny	1 x 200g			18	0
▶ podwieczorek				103	0
• Galaretka z owocami i bitą śmietaną	1 x 250g		Mleko	62	0
• WAFLE ryżowe	0,1 s110g			41	

czwartek, 23 stycznia 2025

1117 0

▶ śniadanie				338	0
• Mleko 3,2%	1 x 200g		Mleko	1	0
• PŁATKI KUKURYDZIANE	0,01 s1000			36	
• CHLEB KASZUBSKI	0,04 s800g		Zboża zawierające gluten	82	
• MASŁO	0,03 s200g		Mleko	44	
• TWARÓG WANILIOWY	0,05 s1000		Mleko	175	
▶ drugie śniadanie				39	0
• MARCHEW	0,03 kg			8	
• KIWI	0,05 kg			31	
▶ obiad				385	0
• Zupa kalafiorowa	1 x 200g		Mleko, Seler	75	0
• GULASZ Z PIERSI INDYKA W SOSIE POMIDOROWO - PAPRYKOWYM	1 x 120g		Zboża zawierające gluten, Mleko	164	0
• Ryż gotowany na sypko	1 x 150g			126	0
• Kompot wieloowocowy	1 x 200g			20	0
▶ podwieczorek				355	0
• Herbata owocowa	0,1 x 200g			0	0
• CIASTO Z JABŁKAMI „SALCESON ”	1 x 100g		Zboża zawierające gluten, Jaja	355	0

piątek, 24 stycznia 2025

1165 0

▶ śniadanie				494	0
• Kakao	1 x 200g		Mleko	102	0
• CHLEB ZWYKŁY	0,08 s500g		Zboża zawierające gluten	102	
• MASŁO	0,03 s200g		Mleko	44	
• PARÓWKA Z SZYNKI	0,06 kg		Seler, Gorczyca	205	

JADŁOSPIS

dzieci

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	alergeny	Wartość energetyczna	
				[kcal]	[kJ]
<ul style="list-style-type: none"> KETCHUP dla dzieci PUDLISZKI 	0,1 s275g			41	
▶ drugie śniadanie <ul style="list-style-type: none"> SEZAMKI 	1 s27	Sezam		140	0
▶ obiad <ul style="list-style-type: none"> Zupa szczawiowa z jajkiem gotowanym Filet z halibuta pieczony SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY Ziemniaki z wody Napar z rumianku 	1 x 200g	Mleko, Jaja, Seler		100	0
	1 x 65g	Ryby, Seler		105	0
	1 x 80g			72	0
	1 x 100g			88	0
	1 x 200g			4	0
▶ podwieczorek <ul style="list-style-type: none"> KOKTAJL MLECZNO - JAGODOWY WAFLE ryżowe 	1 x 180g	Mleko		121	0
	0,1 s110g			41	